

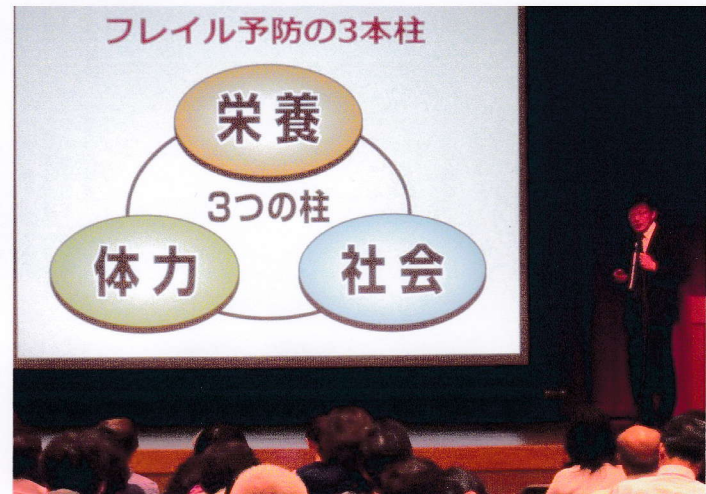
平成29年度健康ひょうご21県民運動但馬会議総会・特別講演



日 時：平成29年6月22日(木) 13時15分～16時
 場 所：県立但馬長寿の郷
 参加者数：210名



健康ひょうご21県民運動但馬会議総会の様子



●特別講演「年を取っても元気な人には理由(わけ)がある」～今話題の「フレイル(虚弱)」の原因と対策～
 講 師：東京都健康長寿医療センター研究所 副所長 新開 省二 氏



●健康体操「+10分(プラス・テン)エクササイズ」
 講 師：(公財)兵庫県健康財団 健康運動指導士 山口 一仁 氏 パネル展示
 ※特別講演と健康体操は健康づくり推進員フォローアップ研修会としても開催しました。